

Experten sind sich weitgehend einig, dass viele Krebsfälle durch gesunde Lebensweise und die Nutzung von Früherkennungsprogrammen vermieden werden könnten. Eigentlich doch gut zu Wissen, dass wir es einwenig in der Hand haben und die Diagnose Krebs kein unausweichliches Schicksal sein muss.

Je früher, desto besser

Um Erkrankungen möglichst früh zu erkennen, noch bevor eigentliche Beschwerden auftreten, werden eine Reihe von Früherkennungsuntersuchungen angeboten, die ab einem bestimmten Lebensalter regelmäßig durchgeführt werden sollten. Hierbei sind besonders die Krebs-Früherkennungsuntersuchungen wichtig, da die Heilungsaussichten umso besser sind, je früher der Krebs oder eine Vorstufe davon erkannt wird.

Folgende Früherkennungsuntersuchungen werden empfohlen:

Für Frauen:

- ab 20: jährliche Untersuchung der inneren und äußeren Geschlechtsorgane und Abstrich vom Gebärmutterhals (PAP-Test)
- ab 30: zusätzliches Abtasten der Brust
- ab 50 bis 69: alle zwei Jahre Mammographie (Röntgenaufnahme der Brust)

Für Männer:

- ab 45: jährliche Abtastung und Untersuchung der Prostata und der äußeren Geschlechtsorgane

Für Frauen und Männer:

- ab 35: Hautkrebsscreening alle zwei Jahre (bei allen zugelassenen Fachärzten für Haut- und Geschlechtskrankheiten oder einem Hausarzt mit entsprechender Zusatzqualifikation)
- ab 50: Tastuntersuchung des Dickdarms sowie Test auf verborgenes Blut im Stuhl
- ab 55: Anspruch auf insgesamt zwei Koloskopien (Darmspiegelungen) zur Früherkennung von Darmkrebs (Zwischen den zwei Untersuchungen müssen mindestens 10 Jahre liegen.) Wer keine oder nur eine Koloskopie in Anspruch nimmt, kann stattdessen zweijährlich einen Schnelltest auf okkultes (nicht sichtbares) Blut im Stuhl durchführen lassen. Bei einem positiven Befund besteht Anspruch auf eine Koloskopie zur Abklärung der Ergebnisse des Schnelltests.

Check-up

Versicherte können ab dem 35. Lebensjahr alle zwei Jahre einen allgemeinen "Check-up" durchführen lassen, der vor allem der Früherkennung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus und Nierenerkrankungen dient. Hierbei werden unter anderem Blutdruck, Blutzucker, Cholesterinwert und Urin untersucht.

Für Fragen rund um das Thema Vorsorge steht Ihnen unser Experte im Themenchat am 15.06.2010 in der Zeit von 20:00 bis 21:30 Rede und Antwort.